Elevora SOLUTIONS

JOUW SPIEKBRIEFJE

Plan en prioriteer als een projectmanager

Je semester is een portfolio, je vakken en je job zijn de projecten. Begin bovenaan: eerst kiezen, dan pas plannen.

STAP 1
Kies je doelen

- → Bepaal maximaal 3 doelen voor deze periode
- → Koppel elke taak op je lijst aan een doel
- → Markeer elke taak die bij geen enkel doel hoort
- → Draai het om: haal je je doel met wat er nu staat? Wat moet erbij?

25–30 u
studietijd per studiepunt

2/3
daarvan is verwerking buiten de les

± 40 u
per week bij 60 studiepunten: een voltijdse job

STAP 2
Beslis over taken zonder doel

Een taak zonder doel verdient een beslissing.

Schrap
Stop met trekken aan een dood paard

Bundel
Kleine taken samen in één blok

Geef door
Kan een groeps- of huisgenoot dit doen?

Parkeer bewust
Op een “later”-lijst, met een datum

STAP 3
Prioriteer: urgentie × impact

	1	2	3
3	Should do	Must do	Must do
2	Should do	Should do	Must do
1	Won't do now	Could do	Could do

↑ impact · → urgentie

Must do: doe het nu
Should do: plan het in, hier win je je semester
Could do: hou het klein
Won't do now: schrap of parkeer

Impact: hoeveel brengt dit je dichter bij je doelen?
Urgentie: hoe snel moet het klaar zijn?

STAP 4
Reken je capaciteit uit

168

uur min slapen, lessen, pendelen, job, sport, eten en sociaal leven

÷ 2 = jouw focusuren

VRAAG
Uren van je must do's en should do's + 25% buffer

AANBOD
Jouw focusuren per week

Is de vraag groter dan het aanbod? Dan betaal je het terug in nachtwerk. Werk met maximaal 3 taken tegelijk “in uitvoering”.

STAP 5
Timebox je week

Een taak zonder tijdsblok is een wens.

- → Blok eerst wat al vastligt: lessen, werk, sport
- → Vul de vrije tijd eerst met must do's, daarna de rest
- → Werk in blokken van maximaal 2 uur
- → Laat elke dag een buffer vrij
- → Verdedig je blokken zoals je een les zou verdedigen

ELKE ZONDAG
Het weekreview-ritueel

15 minuten op zondag besparen je uren tijdens de week.

Kijk terug
Wat is gelukt en wat niet?

Herscoor
Wat is erbij gekomen, wat is veranderd?

Plan vooruit
Welke top-5 past in je focusuren?

“Wie niet kiest, laat de deadlines kiezen.”

JOUW AI-SPIEKBRIEFJE

4 prompts om je planning vol te houden

Kopieer de prompt in Copilot en vul de **[gekleurde stukken]** in. AI stelt voor, jij kiest.

Vertel AI eerst wie je bent. Jaar, studierichting en uren studentenjob bepalen wat impact heeft. Zonder die context plant AI alsof je hele week vrij is. Je naam of studentennummer hoeven er niet in.

Ordenen en scoren

Gebruik bij: je takenlijst is te lang en alles lijkt even dringend

Ik ben **[eerstejaars/tweedejaars/...]** student **[studierichting]** en werk **[X]** uur per week als jobstudent.
Dit zijn mijn doelen voor deze periode:
1. **[doel 1]**
2. **[doel 2]**
3. **[doel 3]**

Hier is mijn takenlijst:
[plak je takenlijst]

Scoor elke taak op:
- Impact: hoeveel draagt ze bij aan mijn doelen? (1 = weinig, 3 = veel)
- Urgentie: hoe snel moet ze klaar zijn? (1 = kan wachten, 3 = deze week)

Zet het resultaat in een tabel met taak, gekoppeld doel, impact, urgentie, must/should/could/won't do now en een korte uitleg. Markeer taken die bij geen enkel doel horen.

Opsplitsen

Gebruik bij: een grote taak die je blijft uitstellen, zoals een paper

Ik ben **[eerstejaars/tweedejaars/...]** student **[studierichting]** en werk **[X]** uur per week als jobstudent.
Ik moet deze taak uitvoeren: **[beschrijf de taak, bv. een paper van 2000 woorden over ...]**
Deadline: **[datum]**

Deel deze taak op in concrete deelstappen van maximaal 2 uur.
Geef per stap een realistische tijdsinschatting voor iemand in mijn jaar en studierichting.
Tel daarna alles op en tel er 25% buffer bij voor onverwachte zaken.

Reality check

Gebruik bij: je weekplanning staat, maar je twijfelt of ze haalbaar is

Ik ben **[eerstejaars/tweedejaars/...]** student **[studierichting]** en werk **[X]** uur per week als jobstudent.
Dit is mijn planning voor volgende week:
[plak je planning: dag, tijdsblok, taak]

Ik heb deze week ongeveer **[Y]** uur echte focustijd.
Mijn 3 doelen zijn: **[doelen]**

Speel advocaat van de duivel:
- Is deze planning haalbaar? Waar loopt het vast?
- Welke taken zou je schrappen, uitstellen of verkleinen als ik moet kiezen?
- Waar ontbreekt buffer?
Blijf kort en concreet.

Weekreview

Gebruik bij: je 15 minuten op zondag

Ik ben **[eerstejaars/tweedejaars/...]** student **[studierichting]** en werk **[X]** uur per week als jobstudent.
Mijn 3 doelen zijn: **[doelen]**

Dit was mijn planning voor deze week:
[plak je planning]
Dit is gelukt: **[...]**
Dit is niet gelukt: **[...]**
Dit is erbij gekomen of veranderd: **[...]**

Volgende week heb ik ongeveer **[Y]** focusuren.

Help me terugkijken en vooruitplannen:
- Wat zegt het verschil tussen plan en realiteit over mijn inschattingen?
- Herscoor mijn open taken op impact en urgentie (1-3).
- Stel een top-5 voor die past in mijn focusuren, met 25% buffer.
Blijf kort en concreet.

Eerst zelf denken

Maak je eigen scores en planning, laat AI daarna pas meekijken.

Jij weegt mee wat AI niet ziet

Geld, energie en afspraken met anderen kent AI niet, tenzij je ze opschrijft.

Schrappen is een beslissing

Geen mislukking. Wat niet past, gaat terug naar stap 2.